

Sem Internasional BKI

by Nurussakinah Daulay

Submission date: 22-Nov-2021 09:57AM (UTC+0700)

Submission ID: 1709645044

File name: ok.PERANAN_PENDEKATAN_BEHAVIORISTIK_DALAM_PROSES_KONSELING.docx (36.88K)

Word count: 3584

Character count: 25244

PERANAN PENDEKATAN BEHAVIORISTIK DALAM PROSES KONSELING

Oleh:

Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi, Psikolog

inadaulay82@gmail.com

085297079060

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Abstrak:

Salah satu upaya menangani anak-anak dengan perilaku menyimpang, seperti: merokok, membolos sekolah, membully temannya, tawuran, dapat ditangani dengan pendekatan behavioristik. Pendekatan ini lebih mengutamakan proses belajar dalam memunculkan perilaku pada diri seseorang, atau dengan kata lain perilaku baik dan buruk merupakan hasil belajar. Terdapat dua faktor utama dalam pendekatan behavioristik, yakni *positive reinforcement* bertujuan sebagai penguatan perilaku, dan *negative reinforcement* bertujuan sebagai penurunan perilaku. Melalui proses konseling yang dilakukan seorang konselor terhadap anak-anak dengan perilaku menyimpang, maka diharapkan perilaku yang tidak diinginkan ini akan menurun bahkan menghilang.

Abstract:

One effort to deal with children with deviant behavior, such as: smoking, skipping school, bullying friends, fighting, can be handled by a behavioristic approach. This approach prioritizes the learning process in generating behavior in a person, or in other words good and bad behavior is the result of learning. There are two main factors in the behavioristic approach, namely positive reinforcement aimed at reinforcing behavior, and negative reinforcement aims as a decrease in behavior. Through the counseling process carried out by a counselor to children with deviant behavior, it is hoped that this undesirable behavior will decrease or even disappear.

PENDAHULUAN

Fenomena perilaku menyimpang yang dilakukan anak zaman sekarang atau yang sering didengar dengan istilah "*kids zaman now*" semakin menunjukkan pergeseran makna dan penurunan akhlak. Kasus-kasus yang kerap muncul diberitakan, seperti kasus *bullying*, tawuran, murid yang melakukan kekerasan terhadap guru, perilaku penundaan (*procrastination*), membolos sekolah, merokok, yang dilakukan anak-anak sekolah secara sadar hingga memunculkan keresahan bagi orang tuanya dan juga para pendidik di sekolah.

"Fenomena rokok sekarang memang memprihatinkan dengan munculnya perokok-perokok muda. Pelajar sudah banyak yang merokok. Bahkan, kita punya data foto-foto ada anak-anak SD itu merokok. Malahan dilakukan di area publik" (<https://news.detik.com>)

"Kedua kelompok pelajar SMK itu bertemu di Jalan Raya Sumur Batu, tawuran pun pecah. Mereka saling bergantian melakukan serangan, tak berselang lama terdapat tiga pelajar dari SMK KBM terjatuh dan dikeroyok oleh kelima pelajar dari SMK PA, 1 orang tewas" (<https://megapolitan.kompas.com>)

"Video berdurasi 30 detik itu direkam di salah satu sekolah di Kabupaten Gerisik, Jawa Timur. Dalam video tersebut, seorang siswa sesekali mendorong bahkan mengarahkan tanganya yang terkepal ke arah sang guru.

Ia juga tampak merokok di hadapan guru tersebut dan mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas” (<https://news.okezone.com/>)

“Banyak laporan ke kami bahwa banyak pelajar yang kerap membolos di sepanjang rel kereta Menteng Tenggulun. Maka kami mencoba menyusuri dan kami tindak,” kata Lurah Menteng, Agus Sulaeman” (<https://news.detik.com>)

Beberapa fenomena pengantar di atas memunculkan berbagai pertanyaan, mengapa anak mampu secara terang-terangan melakukan perbuatan-perbuatan yang dianggap menyimpang dan tidak tepat dilakukan untuk anak seusianya yang masih duduk di sekolah, hingga memunculkan kebanggaan tersendiri dalam melakukannya? Faktor-faktor apa saja yang memunculkan perilaku tersebut? Bagaimana upaya-upaya untuk dapat mengatasi permasalahan perilaku menyimpang anak?

Kehadiran kasus seperti perilaku merokok, *bullying*, kasus kekerasan, dapat ¹² dipengaruhi oleh dua faktor penting, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pertama, faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu sendiri, misalnya: kepribadian dan sumber daya yang dimiliki; ²⁴ Kedua, faktor eksternal adalah faktor di luar diri individu yang kemudian dipersepsikan sebagai sesuatu yang mengancam, misalnya: lingkungan, minimnya penerimaan dukungan sosial, dan pendidikan. Alasan penyebab munculnya perilaku seorang individu akan dibahas dalam ilmu psikologi.

Psikologi merupakan ilmu yang menarik untuk dibahas, sebab inti psikologi sendiri adalah ilmu yang berupaya memahami perilaku manusia. Pada umumnya, ketika manusia dihadapkan pada sebuah stimulus yang sama, namun mengapa terdapat perbedaan respon atau perilaku yang ditampilkan oleh manusia tersebut?. Hal ini lah yang dibahas dalam ilmu psikologi, dengan kata lain bahwa perbedaan perilaku manusia tersebut disebabkan karena uniknya manusia, tidak ada manusia yang sama secara psikis meskipun kondisi fisiknya terlihat sama berdasarkan kasat mata. Peran kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik setiap individu yang memicu perbedaan respon manusia terhadap sumber stimulus.

Pada ilmu psikologi memiliki tiga pendekatan utama, yakni: *Pendekatan Psikoanalisa*, menekankan pada pikiran tak sadar dan pengaruhnya yang dahsyat di dalam perilaku manusia, pentingnya pengalaman masa kecil di dalam perkembangan kepribadian orang dewasa, manusia dalam menggunakan mekanisme pertahanan, pentingnya mimpi dalam rangka memahami tentang pemikiran dan perasaan yang sebenarnya pada diri manusi (Daulay, 2015).

Pendekatan Behavioristik bahwa perilaku manusia dapat dibentuk karena adanya proses belajar yang berkelanjutan dari lingkungannya. Pada dasarnya semua bentuk perilaku dari yang sederhana hingga yang kompleks merupakan hasil belajar yang konsisten dan berkelanjutan. Proses pembelajaran yang didapati individu juga tidak terlepas dari pendidikan yang diterimanya, baik

pendidikan dari keluarga, pendidikan di sekolah, dan pendidikan di masyarakat. Berdasarkan teori “tabula rasa” oleh John Locke yang menganggap manusia pada asalnya suci bersih seperti kertas putih, akan memberi peranan besar bagi pendidikan dan pengajaran. Pada mulanya anak kecil yang baru lahir tidak mempunyai unsur baik atau unsur jahat, melalui pengajaran yang efektif akan menghasilkan kepribadian dan perilaku yang baik pula. Pendekatan ketiga adalah *humanistik* menjelaskan bahwa manusia adalah makhluk yang kreatif, yang dikendalikan oleh nilai dan pilihan-pilihan manusia sendiri. Humanistik memandang manusia secara lebih positif dan manusia memiliki kelebihanannya tersendiri.

Penjelasan dari ketiga pendekatan ini menyimpulkan bagaimana manusia itu berperilaku. Melalui perilaku akan mencerminkan bagaimana sosok individu, sebab perilaku merupakan hal yang dapat dilihat, dan diukur. Jika dikaitkan dengan fenomena perilaku menyimpang anak dapat dijelaskan juga melalui ketiga pendekatan ini, demikian juga cara pengupayaan mengatasi perilaku yang tampak. Tulisan ini lebih memfokuskan pada pendekatan behavioristik dalam membantu penyampaian informasi terhadap orang tua dan guru dalam mengatasi perilaku menyimpang anak melalui proses konseling. Ada apa dengan pendekatan behavioristik? Salah satu tujuan tulisan ini adalah berupaya menjawab pertanyaan tersebut.

MAKNA PENDEKATAN BEHAVIORISTIK

Pendekatan behavioristik lebih menekankan pada proses belajar sehingga terjadinya perubahan perilaku yang lebih baik pada anak. Hikmawati (2016) menjelaskan teori behavioristik dengan belajar sebagai perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respons. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu apabila ia mampu menunjukkan perubahan tingkah laku. Dengan kata lain, belajar merupakan bentuk perubahan yang dialami siswa dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respons. Menurut teori ini juga yang terpenting adalah masuk atau input yang berupa stimulus dan keluaran atau output yang berupa respons. Sedangkan apa yang terjadi antara stimulus dan respons dianggap tidak penting diperhatikan karena tidak bisa diamati.

Pentingnya memahami pendekatan behavioristik dalam membantu menurunkan perilaku menyimpang anak, juga dapat dijelaskan melalui dua faktor penting dalam pendekatan behavioristik, yakni adanya faktor penguatan perilaku dan faktor pengurangan perilaku. Faktor penguatan perilaku berupa *positive reinforcement* dan *reward*, sedangkan faktor penurunan perilaku berupa *negative reinforcement*. Faktor penguatan (*reinforcement*) adalah apa saja yang dapat memperkuat timbulnya respons, jika penguatan ditambahkan (*positive reinforcement*) maka respons akan semakin

kuat, demikian sebaliknya jika penguatan dikurangi (*negative reinforcement*) aka respon akan tetap dikuatkan (Hikmawati, 2016).

Menurut Skinner (dalam Martin & Pear, 2015), *reinforcement* terjadi dengan dua cara, yaitu positif dan negatif. Pada *positive reinforcement* sebuah respon diperkuat dalam arti menjadi lebih sering muncul atau diulang sebab kemunculannya diikuti oleh kehadiran stimulus yang menyenangkan. *Positive reinforcement* adalah sinonim dari *reward* atau penghargaan. Sedangkan pada *negative reinforcement* sebuah respon diperkuat karena diikuti oleh hilangnya stimulus yang tidak menyenangkan.

Positive reinforcement bermakna baik dalam peningkatan perilaku positif dan pendidikan anak. Hal ini sesuai dengan pendapat Djamarah (2005) bahwa terdapat lima tujuan *positive reinforcement*, yaitu: 1) meningkatkan perhatian siswa dan membantunya belajar dengan cara menggunakan penguatan secara selektif; 2) memberi motivasi pada siswa dalam proses pembelajaran; 3) mengontrol atau mengubah tingkah laku siswa yang mengganggu, dan meningkatkan cara belajar yang produktif; 4) mengembangkan kepercayaan diri siswa untuk mengatur diri sendiri dalam kegiatan belajar; 5) mengarahkan pengembangan berfikir *divergen* atau berbeda dalam pengambilan inisiatif yang bebas.

Martin dan Pear (2015) juga menegaskan terdapat delapan faktor yang memengaruhi efektifitas *positive reinforcement*, yakni: 1) harus diidentifikasi secara spesifik, perilaku mana yang akan diperkuat atau ditingkatkan; langkah ini akan membantu mendeteksi bentuk-bentuk perilaku dan perubahan frekuensi kemunculannya serta meningkatkan kemungkinan penerapan program penguatan secara konsisten; 2) memilih penguat berupa benda kesukaan; penguat positif dapat diklasifikasikan menjadi lima kategori yang sering dicampur adukkan, yaitu yang dapat dikonsumsi, berkaitan dengan aktivitas, manipulatif, kepemilikan, dan sosial; 3) membangun pelaksanaan; 4) ukuran atau jumlah *reinforcer* atau penguat; ukuran atau jumlah *reinforcer* menentukan efektifitasnya; jumlah *reinforcer* tersebut harus cukup untuk menguatkan perilaku yang diinginkan, namun jangan berlebihan untuk menghindari *satiasi* (kondisi ketika subjek menerima *reinforcer*) terlalu banyak sehingga *reinforcer* justru kehilangan efektifitasnya; 5) pemberian *reinforcer*, diberikan segera setelah target atau perilaku yang diinginkan muncul; 6) penggunaan aturan; aturan atau instruksi dapat memudahkan terjadinya perubahan perilaku karena tiga alasan, yakni: a. Mempercepat proses belajar subjek; b. Memotivasi subjek untuk berusaha memperoleh *reinforcer* yang tertunda; c. Membantu mengajar subjek; 7) *contingent vs noncontingent reinforcement*; dalam *contingent reinforcement* pemberian *reinforcement* tergantung dalam arti dikaitkan dengan munculnya target atau perilaku yang diinginkan; dalam *noncontingent reinforcement* pemberian *reinforcement* dilakukan mengikuti jeda waktu tertentu dan tidak dikaitkan dengan munculnya target atau perilaku yang diinginkan; 8)

menggantikan *reinforcement* dengan *reinforcement* yang natural, misalnya berupa pujian, pelukan terhadap anak.

Perubahan perilaku yang lebih pada anak melalui proses belajar dengan pemberian penguatan (*reinforcement*) dan pengabaian perilaku yang tidak diharapkan menjadi salah satu tujuan dari pendekatan behavioristik. Hal ini juga diperkuat oleh Hartono dan Soedarmadji (2015), pada dasarnya pendekatan ini beranggapan bahwa dengan mengajarkan perilaku baru pada manusia, amak kesulitan yang dihadapi akan dapat dihilangkan (*extinction*). Dengan demikian, modifikasi perilaku yang menyimpang atau yang tidak diinginkan dapat dihilangkan secara permanen dengan cara mengajarkan perilaku baru yang diinginkan.

Para tokoh behaviorisme lebih menekankan pada kegiatan belajar daripada perkembangan model-model kepribadian yang lain. Chamblers dan Goldstein (dalam Hartono & Soedarmadji, 2015) menyatakan bahwa para ahli behaviorisme berasumsi bahwa perkembangan kepribadian manusia dikembangkan karena adanya kematangan dan hukum belajar, sehingga ditegaskan kembali bahwa kepribadian seseorang dapat dibentuk karena belajar.

Kelebihan dan kekurangan teori behavioristik juga dijelaskan oleh Hikmawati (2016), yakni dengan kelebihanannya mampu mengarahkan siswa untuk berpikir linier, konvergen, tidak kreatif, dan tidak produktif. Pandangan teori ini bahwa belajar merupakan proses pembentukan atau *snapping*, yaitu membawa siswa menuju atau mencapai target tertentu, sehingga menjadikan peserta didik untuk tidak bebas berkreasi atau berimajinasi. Sedangkan kelemahannya adalah teori ini sering kali tidak mampu menjelaskan masalah yang dihadapi klien terutama dalam hal belajar, sebab banyak variabel atau hal-hal yang berkaitan dengan pendidikan dan/ atau belajar yang tidak dapat diubah menjadi sekedar hubungan stimulus dan respons. Teori ini juga tidak mampu menjelaskan alasan-alasan yang mengacaukan hubungan antara stimulus dan respons ini dan tidak dapat menjawab hal-hal yang menyebabkan terjadinya penyimpangan antara stimulus yang diberikan dengan responsnya.

DINAMIKA PENDEKATAN BEHAVIORISTIK DALAM KONSELING

Pendekatan behavioristik juga menggunakan konseling dalam proses pengubahan perilaku, yakni dengan belajar perilaku baru yang lebih dikehendaki. Hubungan antara konselor dan konseli lebih sebagai hubungan antara guru dan murid. Hal ini dikarenakan konselor lebih berperan aktif dalam usaha mengubah perilaku konseli. Konselor lebih banyak mengajarkan tingkah laku baru konseli sesuai dengan hukum belajar (*law of learning*) (Hartono dan Soedarmadji, 2015).

Cottone (1992, dalam Hartono dan Soedarmadji, 2015), menyatakan bahwa peran konselor dalam proses konseling dapat dipandang sebagai teknisi dan guru. Seorang terapis behavioristik

bertindak untuk mengoordinasikan program-program yang didesain untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan dengan menggunakan prinsip-prinsip *operant* atau *classical conditioning*. Bahkan jika memungkinkan, konselor akan melakukan kegiatannya dengan membuat kontrak yang harus disepakati oleh konseli. Dalam menjalankan kontrak ini, konselor atau terapis akan bertindak dengan tegas. Tujuan konseling dan perubahan-perubahan perilaku yang ingin dicapai ditulis dan didefinisikan oleh konselor dengan sangat jelas dan eksplisit. Sehingga tampak dalam pendekatan ini peran terapis dalam mengubah perilaku konseli sangat dominan (Hartono dan Soedarmadji, 2015).

Terkait dengan kasus-kasus yang dikemukakan pada pendahuluan menunjukkan bagaimana anak khususnya pada masa remaja melakukan perbuatan yang melanggar norma masyarakat. Ada keinginan untuk mendapatkan pengakuan dari lingkungannya menjadi salah satu faktor yang dapat memunculkan perilaku ini, serta dipertegas dengan dengan ciri-ciri dari masa remaja yakni: masa remaja ditandai oleh perubahan yang besar diantaranya kebutuhan untuk beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis, pencarian identitas dan membentuk hubungan baru termasuk mengekspresikan perasaan seksual (Santrock, 2007). Hall (dalam Papalia, 1990) menyebut masa ini sebagai periode “badai dan tekanan” atau “*storm & stress*” suatu masa dimana ketegangan emosi meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Sarwono (1995) juga menegaskan bahwa masa remaja merupakan suatu masa yang penuh dengan gejolak-gejolak emosional yang kadang-kadang tidak bisa dikendalikan sehingga menyebabkan frustrasi serta konflik yang disertai dengan tindakan merusak.

Keluarga memiliki peran yang sangat erat dalam memunculkan perilaku positif atau negatif pada anak. Perilaku keserahan orang tua menjadi figur panutan bagi anak, anak akan mencontoh atau meniru perilaku yang ditampilkan orang tuanya, demikian teori belajar behavioristik menjelaskan ini. Ketika orang tua sibuk bekerja dan lebih banyak menghabiskan waktunya di luar rumah, kurangnya perhatian pada anak, dan tidak intensnya komunikasi yang terjadi di antara keduanya, berdampak pada kurang hangatya interaksi dan ada kesenggangan. Hal ini yang memicu anak untuk enggan mencurahkan masalah pribadinya kepada orang tuanya, anak justru merasa lebih nyaman berkomunikasi dengan teman yang belum tentu dapat membantunya dalam menyelesaikan masalah. Sehingga anak merasa ada kesamaan (konformitas) dengan temannya, dan bisa jadi perilaku tidak baik dari temannya ditiru oleh anak. Tidak tertutup kemungkinan berujung mengarah pada kenakalan remaja (*juvenile delinquency*). Santrock (2007) semakin menegaskan faktor-faktor yang menjadi penyebab *juvenile delinquency*, diantaranya: kebingungan identitas, kontrol diri, usia, jenis kelamin, pengaruh teman sebaya, kelas ekonomi, dan kondisi keluarga (kurangnya

dukungan keluarga, seperti kurangnya perhatian orang tua terhadap aktivitas anak, kurangnya penerapan disiplin yang efektif, dan kurang kasih sayang orang tua.

Salah satu mengantisipasi permasalahan yang terjadi pada masa remaja adalah melalui konseling perubahan perilaku. Konseling merupakan bantuan profesional yang diberikan konselor kepada konseli atau kelompok konseli dengan menggunakan teori-teori pendidikan dan psikologi yang berbasis budaya, selaras dengan karakteristik konseli atau kelompok konseli untuk memfasilitasi perkembangannya, dengan menggunakan berbagai sumber dan teknologi informatika, sehingga konseli atau kelompok konseli dapat mengatasi kelemahan dan hambatan (kendala) dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara (Hartono dan Soedarmadji, 2015).

Pada tulisan ini memfokuskan pada konseling perubahan perilaku dengan berdasarkan pendekatan behavioristik. Pendekatan behavioristik mengutamakan perubahan yang dikehendaki dalam belajar meliputi dua hal, yaitu; (1) Perubahan belajar pada dasarnya proses yang sadar. Belajar adalah suatu proses bukan suatu hasil, oleh karena itu belajar berlangsung secara aktif dan integratif, dan (2) Perubahan yang terjadi pada hakikatnya merupakan aspek-aspek kepribadian (tingkah laku, kecakapan, sikap dan perhatian) yang terus-menerus berfungsi pada dirinya (Abror, 1993: 64).

Dalam hal ini pendekatan behavioristik memandang bahwa perilaku individu merupakan hasil belajar yang dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar dan didukung dengan berbagai penguatan (*reinforcement*) untuk mempertahankan perilaku atau hasil belajar yang dikehendaki (Sanyata, 2012). Semuanya itu timbul setelah manusia mengalami kontak dengan alam dan lingkungan sosial budayanya dalam proses pendidikan. Maka individu akan menjadi pintar, terampil, dan mempunyai sifat abstrak lainnya tergantung pada apakah dan bagaimana ia belajar dengan lingkungannya (Rufaedah, 2017).

Pada konseling perubahan perilaku juga menggunakan faktor penguatan (*positive reinforcement*) dan penurunan perilaku (*negative reinforcement*). Pada kasus ini, konseling yang dilakukan harus bersifat langsung, sehingga adanya interaksi antara konselor dengan anak. Awalnya konselor akan membina rapport terlebih dahulu kepada anak, dengan tujuan agar anak merasa nyaman dengan konselor yang baru pertama kali dijumpainya, setelah suasana lebih rileks maka konselor selanjutnya akan mulai memberikan beberapa pertanyaan untuk mengidentifikasi masalah anak. Anak juga diajak berdiskusi sehingga bukan konselor yang memutuskan untuk mengambil tindakan, tapi anak diajak untuk berpikir dan memahami permasalahan yang sedang dialaminya.

Langkah selanjutnya juga harus terlaksananya kerjasama antara orang tua dan konselor, untuk perubahan perilaku pada anak maka terdapat kegiatan-kegiatan positif yang dilaksanakan di

rumah, dengan upaya perilaku negatifnya berkurang hingga akhirnya tidak muncul kembali. Prinsipnya pendekatan behavioristik ini tetap pada penguatan perilaku berupa *positive reinforcement* dengan melakukan tindakan yang dapat memperkuat timbulnya respons, jika penguatan ditambahkan (*positive reinforcement*) maka respons akan semakin kuat, dan *negative reinforcement* dengan cara penguatan dikurangi dan respon akan tetap dikuatkan. Misalnya saja kasus untuk mengurangi perilaku merokok anak, maka dapat dilakukan dengan pemberian *positive reinforcement* dan *negative reinforcement*. Adanya kesepakatan antara orang tua dan anak untuk bersama-sama mengupayakan agar anak berhenti dengan kebiasaannya dalam merokok, kemudian anak diajak berdiskusi penguatan yang diberikan dan respon yang tepat ditampilkan, atau dengan kata lain hal-hal yang disenangi anak ditarik untuk sementara waktu artinya anak tidak dapat melakukan hal yang disenanginya sebelum perubahan perilaku positif muncul dalam dirinya. Dalam kasus ini, anaknya sangat menyenangi bermain game dari *bandphone*, kemudian orang tua dan anak menyepakati agar anak tidak bermain game selama satu bulan, sebelum kebiasaan merokoknya berhenti maka anak tidak diperkenankan bermain game, dalam hal ini *negative reinforcement* sedang terlaksana. Kemudian dibarengi dengan pemberian *positive reinforcement* seperti pujian atas usaha positif yang dilakukan anak, atau *reward* berupa hadiah yang diinginkan anak pada akhir bulan karena niat dan usahanya untuk berjuang meninggalkan kebiasaan merokok telah berhasil.

Demikian pentingnya pendekatan behavioristik membantu orang tua dan guru dalam mengurangi perilaku menyimpang anak dan memunculkan perilaku-perilaku yang lebih positif, juga terlihat dari banyaknya bermunculan riset-riset kekinian, seperti: penelitian yang dilakukan oleh Westri (2016) dengan tujuan penelitian untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok diskusi melalui pendekatan konseling behavioristik dalam mengatasi prokrastinasi akademik siswa SMP. Penelitiannya merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) dengan sistem pelaksanaan dilakukan secara dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok diskusi melalui pendekatan konseling behavioristik efektif untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa. Hasil tindakan siklus I terjadi perubahan sebesar -29,28% (mengalami penurunan 29,28%) dinyatakan belum signifikan karena belum sesuai dengan acuan indikator keberhasilan minimal 50%. Hasil tindakan siklus II terjadi penurunan yang signifikan yaitu sebesar -52,36% (mengalami penurunan 52,36%). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok diskusi melalui pendekatan konseling behavioristik efektif untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa SMP.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Damayanti dan Aeni (2016) dengan tujuan penelitian untuk mengetahui menurunnya perilaku agresif peserta didik melalui konseling

behavioral dengan teknik modeling. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode design *one group pretes-postes*. Sampel yang digunakan penelitian ini adalah sebanyak 10 peserta didik dengan melihat kriteria dari perilaku agresif peserta didik. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai data pendukung. Hasil penelitian didapatkan adanya penurunan perilaku agresif setelah mengikuti konseling behavior dengan teknik modeling.

Hasil penelitian berupa skripsi yang dilakukan oleh Agista (2011) dalam skripsinya dengan tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran stres yang dialami oleh mahasiswa dalam menghadapi aktivitas kuliah sebelum mendapat konseling dan untuk mengetahui apakah konseling behavioristik dengan teknik pengelolaan diri efektif dalam menangani stres. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah tiga orang mahasiswa yang mengalami masalah stres dalam menghadapi aktivitas kuliah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara dan observasi. Sedangkan analisis datanya menggunakan teknik analisis komparatif, analisis isi (konten), dan analisis logik. Hasil penelitiannya membuktikan bahwa masalah stres yang dihadapi mahasiswa dapat teratasi walaupun belum sepenuhnya, hal tersebut dikarenakan penerimaan dari masing-masing individu berbeda satu dengan yang lain. Perubahan subjek pada saat pelaksanaan konseling sudah membantunya untuk dapat mengelola dirinya dengan baik sehingga waktu yang dimiliki dapat dimanfaatkan seoptimal mungkin untuk melakukan aktivitas perkuliahan kembali. Demikian juga skripsi yang dihasilkan oleh Handoko (2013) dengan tujuan penelitian untuk mengetahui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* dapat mengatasi perilaku membolos siswa SMK. Jenis penelitian yang digunakan adalah *preeksperiment* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian adalah siswa SMU yang telah teridentifikasi tingkat membolos tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan inventori, dan analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase dan uji *wilcoxon*. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.

KESIMPULAN

Konseling perubahan perilaku dengan menggunakan pendekatan behavioristik merupakan upaya yang dilakukan seorang terapis behavioristik bertindak untuk mengoordinasikan program-program yang didesain untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan dengan menggunakan prinsip-prinsip *operant* atau *classical conditioning*. Prinsip-prinsip operant, yakni: 1) *law of operant conditioning*, munculnya perilaku yang diinginkan jika diiringi dengan stimulus penguat, maka

kekuatan perilaku akan meningkat; 2) *law of operant extinction*, munculnya perilaku tersebut jika tidak mendapatkan penguatan dari lingkungan, maka lama kelamaan akan menurun atau menghilang.

20

DAFTAR PUSTAKA

16. Tor, Abd. Rahman. (1993). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: PT. Tiara Wacana
- Agista, I. (2011). Penanganan kasus stres dalam menghadapi aktivitas kuliah melalui pendekatan konseling behavioristik dengan teknik pengelolaan diri pada mahasiswa jurusan seni rupa FBS UNNES TA. 2010/2011. *Skripsi*. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Damayanti, R. & Aeni, T. (2016). Efektifitas konseling behavior dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku agresif pada peserta didik SMP Negeri 07 Bandar Lampung. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1-10.
- Daulay, N. (2015). *Pengantar psikologi dan pandangan Al Quran tentang Psikologi*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Djamarah. (2005). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hartono, & Soedarmadji, B. (2015). *Psikologi Konseling. Edisi Revisi*. Jakarta: PrenadaMedia Group.
- 10 Martin, G. & Pear, J. (2015). *Behavior modification: What it is and how to do it (7th ed)*. New Jersey: Prentice Hall.
- 2 Handoko, A. (2013). Mengatasi perilaku membolos melalui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* pada siswa kelas X TKJ SMK Bina Nusantara Ungaran T.A 2012/2013. *Skripsi*. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang
18. Smawati, F. (2016). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rajawali Press.
- McLeod, J. (2006). *Pengantar konseling: Teori dan studi kasus*. Jakarta: Kencana.
- 8 Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (1990). *A child's world: Infancy through adolescence*. New York: McGraw-Hill
- 14 Rufaedah, .A. (2017). Teori belajar behavioristik menurut perspektif Islam. *Risalah, Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 4(1), 14-30.
- 19 Santrock, J.W. (2007). *Remaja (edisi 11 jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Sanyata, Sigit. (2012). *Teori dan aplikasi pendekatan behavioristik dalam konseling*. *Jurnal Paradigma*, 14: 1-11.
- Westri, P. (2016). Efektifitas layanan bimbingan kelompok diskusi melalui pendekatan konseling behavioristik untuk mengatasi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Tasikmadu tahun pelajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*. Universitas Tunas Pembangunan, 16(2).
- 22 <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-3495805/rokok-menyasar-kalangan-pelajar-sd-di-bandung>
- <https://megapolitan.kompas.com/read/2018/08/31/08382171/tawuran-pelajar-smk-di-bekasi-1-orang-dewas-hingga-aksi-balas-dendam?page=all>
- <https://news.okezone.com/read/2019/02/12/337/2016872/6-kasus-kekerasan-dan-bullying-di-sekolah-awal-2019-nomor-2-berakhir-tragis>
- <https://news.detik.com/berita/d-3658277/terlalu-bolos-sekolah-8-siswa-ketahuan-nongkrong-di-menteng>

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

%

INTERNET SOURCES

13%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Abdul Rahman. "Urgensi Pedagogik dalam Pembelajaran dan Implikasinya dalam Pendidikan", BELAJEA: Jurnal Pendidikan Islam, 2018

Publication

2%

2

Johanes Mardijono. "Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Behavior Teknik Self Management", JIRA: Jurnal Inovasi dan Riset Akademik, 2021

Publication

1%

3

Nur Arofah. "IMPLEMENTASI TEORI BEHAVIORISME TERHADAP PEMBIASAAN MEMBACA ASMAUL HUSNA", Paedagogia: Jurnal Pendidikan, 2019

Publication

1%

4

Abdul Munib Munib. "AM ANALISIS KOMPARATIF ANTARA TEORI BELAJAR DALAM PERSPEKTIF BARAT DAN ISLAM", Al-Ulum Jurnal Pemikiran dan Penelitian ke Islaman, 2020

Publication

1%

5

Desi Listiani, Erlina Prihatnani.

"Pengembangan media pembelajaran dart board math bagi siswa kelas VII SMP", Math Didactic: Jurnal Pendidikan Matematika, 2018

Publication

1 %

6

Sumarsih Sumarsih, Nurmalina Nurmalina, Astuti Astuti. "Meningkatkan Kemampuan Kognitif dalam Mengenal Warna dengan Metode Eksperimen", Aulad : Journal on Early Childhood, 2018

Publication

1 %

7

Malvinas Rahman, Aliman Aliman. "Model Analysis of Religious Character Education in State-owned Islamic School", Journal of Educational Management and Leadership, 2020

Publication

1 %

8

Elza Venter, H. Uys. "Group therapy for early adolescent relationship problems between girls", International Journal of Adolescence and Youth, 2018

Publication

1 %

9

Anita Dewi Astuti, Sri Dwi Lestari. "Teknik Self Management untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah", Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2020

Publication

1 %

10

Ramaita Ramaita, Sri Burhani Putri. "Pengaruh Terapi Token Ekonomi Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi", JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal), 2019

Publication

<1 %

11

Abdurahman Wahid Abdullah. "Peran Keteladanan Pendidik dalam Perilaku Belajar Mahasiswa.", Jurnal Ilmiah Iqra', 2019

Publication

<1 %

12

Wisnu Kurniawan, Muh Chotim. "PENTINGNYA KONSEP DIRI POSITIF DAN PENGALAMAN MENGIKUTI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENUMBUHKEMBANGKAN MOTIVASI BERPRESTASI", Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2015

Publication

<1 %

13

Mumuh M. Rozi. "STUDI KASUS SISTEM PERADILAN PIDANA TERHADAP ANAK PELAKU TAWURAN ANTARPELAJAR PADA TAHAP PENYIDIKAN", Jurnal Hukum Mimbar Justitia, 2019

Publication

<1 %

14

Dewi Purnama Sari. "Tingkat Ketercapaian Tugas Perkembangan Dewasa Awal: Studi Deskriptif pada Mahasiswa IAIN Curup", Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2021

<1 %

- 15 Lenny Hasan, M. Yusri Syah Putra, Liza Zulbahri. "Peran Insentif dan Jaminan Sosial dalam Meningkatkan Prestasi Kerja Karyawan Pada PT. Gondari Media Pratama Padang", Journal of Economic, Bussines and Accounting (COSTING), 2020

Publication

- 16 Deswita Anggrini. "FAKTOR-FAKTOR PEMICU STRES PADA SISWA SELAMA PEMBELAJARAN DARING", Jurnal Psikologi Malahayati, 2021

Publication

- 17 Siti Nurhasanah. "The Use of Community Language Learning (CLL) Method to Increase the Students' Participation in Classroom Conversation", Register Journal, 2015

Publication

- 18 Hardi Prasetiawan, Hardi Prasetiawan. "CYBER COUNSELING ASSISTED WITH FACEBOOK TO REDUCE ONLINE GAME ADDICTION", GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 2016

Publication

- 19 Mila Irawati, Ananda Wahidah, Puspa Nova Agustine. "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Gaya Hidup Siswa SMA Laboratorium Percontohan UPI", Jurnal Masyarakat Maritim, 2020

20

Mukhamad Bahrn. "Efektivitas Model Pembelajaran Jigsaw untuk Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Materi Pokok Barisan dan Deret Bilangan Siswa Kelas IX E SMP Negeri 2 Tarub", Cakrawala: Jurnal Pendidikan, 2018

Publication

<1 %

21

Zulkarnain Zulkarnain. "Kesehatan Mental dan Kebahagiaan", MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN, 2019

Publication

<1 %

22

Hadyan Zulkaisi Sukoco, Faiq Althof, Ulin Nihayah. "Menyoal Gangguan Kesehatan Mental Deviasi Seksual Fetish", Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2021

Publication

<1 %

23

Mappanyompa Mappanyompa Mappanyompa, Mustapa Ali Mustapa Ali Mustapa Ali. "URGENSI PENGGUNAAN MULTIMEDIA INTERAKTIF TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN BAHASA ARAB KELAS VA MIN MALANG 2", Ibtida'iy : Jurnal Prodi PGMI, 2017

Publication

<1 %

Aina Mulyana, Soleh Hidayat, Sholih Sholih.
"Hubungan Antara Persepsi, Minat, dan Sikap
Siswa dengan Hasil Belajar Siswa dalam
Pembelajaran PKn", Jurnal Pendidikan dan
Kebudayaan, 2013

Publication

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 5 words

Exclude bibliography On